

10 способов лечения симптомов респираторных заболеваний в домашних условиях

NC

RUSSIAN

Если у вас повышенная температура, кашель или затрудненное дыхание, обратитесь к своему лечащему врачу. Врач посоветует вам способы лечения в домашних условиях. Выполняйте следующие рекомендации:

1. Не выходите из дома, пока:

- С момента возникновения симптомов не пройдет минимум 10 дней И
- Температура не будет повышаться в течение 24 часов без приема жаропонижающих средств А ТАКЖЕ
- Не улучшится симптоматика.



- ## 6. При кашле или чихании **прикрывайте рот** салфеткой, а затем выбросьте ее.



2. Тщательно наблюдайте за состоянием симптомов.

В случае ухудшения симптомов незамедлительно обратитесь к своему лечащему врачу.



- ## 7. Чаше мойте **руки** водой с мылом в течение не менее 20 секунд.



3. Отдыхайте и пейте больше жидкости.



- ## 8. По возможности ограничьте **социальные контакты с другими людьми**, находитесь в отдельной комнате и пользуйтесь отдельной ванной комнатой. При контакте с другими людьми надевайте маску.



4. Перед посещением врача

позвоните ему и предупредите, что вы заражены или можете быть заражены вирусом COVID-19.



- ## 9. Не используйте совместно никакие **предметы домашнего обихода**, включая продукты питания.



- ## 5. Для получения экстренной помощи
- позвоните по телефону 911. Сообщите специалистам службы, что вы заражены или можете быть заражены вирусом COVID-19.



- ## 10. Необходимо ежедневно очищать поверхности, к которым вы часто прикасаетесь.



Департамент здравоохранения и социальных служб штата Северная Каролина — www.ncdhhs.gov/covid19

Дополнительные сведения можно получить по телефону 211 или на сайте nc211.org.